

専門家に聞いた

子育てと家事がラクになる間取り

家事や子育てに関する悩みは尽きないけれど、どんな家ならその悩みを解消できるのか？ 座談会でママから出たお悩みを解消できる間取りについて、専門家に聞いてみました。

今回お話を聞いたのは

藤田 洋さん
ミキハウス子育て総研
代表取締役社長



2006年より日本初の民間企業による「子育てにやさしい住まいと環境」認定事業開始。著書に「子育てにやさしい住まい」「元気が子どもが育つ家」など

「住む家で子育ては変わる」

「まず、今の住まいで嫌なことを解消できる家は？と考えれば視点が具体的に。さらに5年後、10年後どうなるかという子どもの成長も併せて考えられるといいと思います」と話すのは、ミキハウス子育て総研の藤田さん。子どもが小さい

うちは目が離せない、家事ができないなど、家での悩みは尽きない。しかし、広いリビングや収納豊富な間取りなら、子どもが伸び伸び遊べ、モノが片付けやすくなり、子育てが少しでも楽になる。マイホーム購入のきっかけが子育てストレスの解消というご家族も多いのだ。

「いつでも子どもを見守れる」ママが安心の間取り

子どもが小さいうちは、誤飲などの事故が起きる危険もあり、目が離せない。「子どもがどこにいても大人の視線が行き届くような間取りが理想的。特にママがよくいるキッチンからの視線がポイント」。キッチンや階段には子どもが入れないようにゲートを設けるといった工夫も必要だ。そのほか、急な階段にしないなど、万一のときの被害を最小限に抑える備えも重要になる。



安全な階段
子どもが階段途中で滑っても、この間取り図のように折り返しのある階段なら、壁で止まり、一直線に下まで落ちる危険性が低くなるはずだ

キッチンから様子が見える和室
リビング横に和室があれば、お昼寝中の子どもの様子が分かる。柔らかい畳は子どもの遊び場にも◎。「キッチンから45度以内にある和室なら視線が届き安心です」

More!
冷蔵庫の配置
火を使うコンロはキッチンの奥、預熱に開け閉めする冷蔵庫置場はキッチンの手前、リビングに近い位置が安全

カウンターキッチン
対面式キッチンなら、リビングで遊ぶ子どもの様子がよく分かるので安心。子どもが大きくなれば、お手伝いを促しやすく教育の一環にもなる

More!
バルコニーの安全性
転落事故を防ぐため、バルコニーの手すりの高さは120cm以上に。室外機が手すりの近くにないか現地を確認したい

「ママも子どもも我慢しない」伸び伸び過ごせる間取り

活発に遊んだり、好きなことに没頭したり、子どもの成長にはある程度のスペースがあることが大切。広さがあれば、食べる場所、遊ぶ場所と空間を分けることもできる。「普段過ごすリビングや子ども部屋だけでなく、テラス、ロフトなど、ちょっと気分が変わる空間も子どもは大好き。また、ママやパパが一息つけるような空間があれば日々のストレスも和らぎます」



リビング・ダイニング
15畳程度なら、家具を置いて十分遊びのスペースがとれ、伸び伸び遊べる。「15畳程度なら広過ぎず、親子がお互いの気配を常を感じるができます」

More!
スロップシンク
バルコニーや庭に、スロップシンクなどの水場があれば、土いじりや水遊びに便利。泥だらけの靴や遊び道具も外で洗える

ママ・パパの趣味部屋・書斎
リビングの横、ロフト、屋根裏、ガレージの奥など、小さな空間をママやパパ専用の空間にしてみませんか？子育てから少し離れられる場所も時には必要

バルコニー・ウッドデッキ
広いバルコニーやテラス、庭は、気分が変わる。もうひとつのリビングのようなもの。植物を育てるなど自然と触れ合うきっかけにもなり、情操教育でもメリットがある

「サッとしまえて出しやすい」スッキリ片付く間取り

子どもの成長につれて多種多様なモノが増えるもの。収納は、十分な量があるだけでなく、使いたいときにすぐ出せる場所にあるかも大切。「子育て世代にとっては、ベビーカーや外遊びの道具など、室内に持ち込みたくないものしまつ“玄関まわり”と、おもちゃなど使用頻度が高いものしまつ“リビング周辺”の収納が特に大切です」

More!
洗面室のリネン庫
洗面室に、タオル、着替えやパジャマまで収納できれば、身支度がその場でできる

玄関まわりの収納
ベビーカー、キックボード、部活の道具など、子どもが外で使うかさばるものは、シューズインクローカーやトランクルームなど玄関に大型収納があると便利

リビングの収納
掃除道具や子どものおもちゃのように毎日使うものは、リビングまわりに収納できると出し入れしやすい。子ども専用の収納をつかってお片付けの習慣をつけたい

「動線で家事の負担を軽減」家事ラク間取り

目の離せない子どもの世話をしながらの家事は大変。少しでも効率よく動ける間取りかどうかが重要だ。「子どもに身支度をさせながらの朝食の後片付け、洗濯物を干す・畳む・しまう、など毎日の家事の動きをシミュレーションしてみましょう。なるべく階段の上り下りはなく、短く動ける位置にあると、ぐっと家事がラクになります」

洗濯動線
一戸建ての場合は、洗濯機置場から、干す場所（バルコニーや庭）、畳む場所が、なるべくワンフロアで完結し、階段の上り下りがないのがベスト

キッチンから洗面室が見えるか
キッチンから洗面室に直接行けたり、すぐ見える位置にあれば、キッチンにしながら歯磨きや洗顔をする子どもたちの様子が分かり、慌ただしい朝の時間帯に便利

物干しスペース
室内に洗濯物を干すスペースがあると◎。長雨の時期は毎日リビングに洗濯物が干してあるなんてこともなくなるはず

「成長に合わせた程よい距離感」コミュニケーション◎な間取り

子どもが大きくなるとコミュニケーションに関する悩みが生まれてくる。自然と親子が顔を合わせられる間取りなら、子どもとのコミュニケーションがとりやすいはずだ。「もちろん自立心を養うことも必要。子どもの成長度合いに合わせて、子ども部屋の必要性や役割も変わっていきます。できれば可変性のある間取りがいいですね」

ワークスペース
リビングの一角にワークスペースを設けられる広さがあると◎。親のそばで子どもが宿題をしたり、一緒に調べものしたりと親子の時間をもちやすい

リビングイン居室
小学生のうちはリビングを必ず通る部屋を子ども部屋にすれば、親が見守りつつ自立心を養える。受験期には集中できる場所に子ども部屋を移すのもアリ

吹抜け
吹抜けに面した部屋を子ども部屋にすると「ごはんよ〜」と声をかけるなど、上下階でやり取りしやすい

More!
子どもの作品を飾るスペース
ほめることは子どもの成長に不可欠。廊下やリビングの一角を、子どもの絵や作品を飾る場所にしてみては？

リビングイン階段
一戸建ては2階が子ども部屋の場合が多いが、リビングに階段があれば、子どもが2階に行くときに必ずリビングを通るので、自然と顔を合わせられる

家事や子育ての悩みを解決できる家を選ぼう！

現在の新築マンションや建売住宅には、子育て家族の大変さを軽減できるプランがいろいろ。さらに注文住宅なら自分たちに合った間取りにこだわられる。住まいを変えれば、今感じているストレスがぐっと軽減される。「どんなふうに子育てがラクになるか」という視点で住まい選びをしてみても？マイホームがぐっとリアルに感じるはずだ。

見学に行ってみよう！
事前の電話でスムーズに見学

取材・文 西村理美、長谷井涼子 撮影 池田大輔 デザイン/石澤愛(アワーズ) イラスト/ナカオテッペイ 取材協力/ミキハウス子育て総研株式会社
※記事の感想をお寄せください。抽選でギフトカード1万円分が当たります。詳しくは巻末を